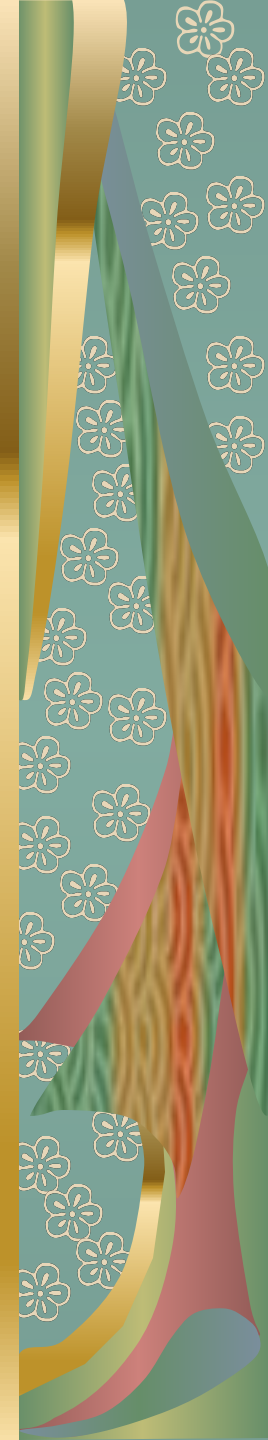


# Беседа для родителей «Как помочь подростку не попасть под влияние табакокурения, алкоголя и наркотиков»



# Проблемы и возрастные периоды подростковой наркомании.

- Проблема распространения и употребления наркотиков в России является общенациональной. Медицинские психологи утверждают, что наркотики употребляются всеми группами несовершеннолетних- это подростки в школах, учащиеся колледжей, студенты вузов, работающая молодежь.



- В детском и подростковом возрасте происходит формирование личности, становление характера. И от того, как сложится этот период в жизни человека в значительной степени зависит его устоявшаяся личностная позиция по отношению к окружающему миру.

Главенствующую роль играет семья.

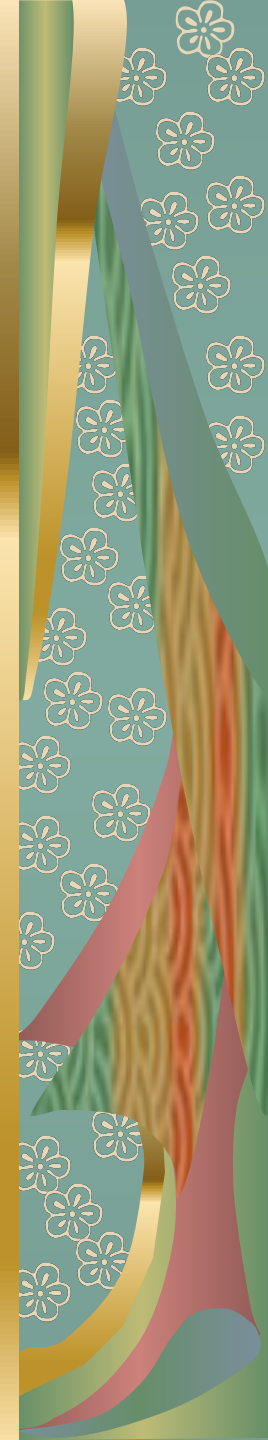


# Возрастная группа детей 10- 12 лет.

- Ребята этого возраста наркотические вещества употребляют редко. Им пока достаточно курения табака. Это уже поднимает их рейтинг среди одноклассников в школе и во дворе. Типичным в этом возрасте является формирование групп для употребления дешевых токсических веществ.



- При проведении профилактических бесед с детьми данного возраста необходимо как можно больше проявлять внимание и заботу, стараться быть для них авторитетом. Рассказывая подросткам о вреде курения, о вреде токсических веществ, не следует увлекаться перечислением их видов, способов приготовления и употребления.



# Возрастная группа детей 13-14 лет

- Этих интересует возможное употребление так называемых «легких» наркотиков. Подростки этой группы эпизодически пробовали некоторые виды стимуляторов из любопытства. Информацию получают друг от друга, представление о наркомании как о тяжелой болезни отсутствует. Считают, что наркотики не опасны.



# Родителям на заметку.

- Родителям необходимо обратить внимание на некоторые личностные особенности ребят данного возраста: снижение критического отношения к своему поведению, поверхностные рассуждения, примитивность интересов. Беседуя с этой категорией подростков, необходимо постоянно акцентировать внимание на последовательность этапов наркозависимости.



# Виды зависимости



```
graph TD; A[Виды зависимости] --- B[Наркотическая зависимость]; B --- C[Социальная зависимость]; B --- D[Психическая зависимость]; B --- E[Физическая зависимость.]
```

Наркотическая  
зависимость

Социальная  
зависимость

Психическая  
зависимость

Физическая  
зависимость.

# Третья возрастная группа 15-17 лет.

- Молодые люди этого возраста знают о наркотиках гораздо больше, чем подростки из предыдущей группы. Довольно часто их теоретические знания подкреплены и собственным опытом. В этом возрасте появляются новые формы общения, проведения досуга, любовь.



# Сторонники, противники, колеблющиеся.

- В борьбе за здоровый образ жизни необходимо большее внимание обращать на колеблющихся. Дискуссии и беседы вести в форме диалога и не отходить на стиль «вопрос- ответ». Необходимо максимально точно и объективно показать степень риска появления зависимости от наркотиков в случае их частого и длительного применения.



# Как помочь вашему ребенку сказать: «Нет!»

- 1. Прежде всего вы должны быть сами компетентны в проблемах алкоголизма и наркомании.
- 2. Не приуменьшайте компетентности вашего восьмиклассника!
- «Чтобы победить врага, надо хорошо его знать».



- 3. Вы должны выбрать подходящий момент. Исследования показывают, что дети и подростки часто получают информацию об алкоголе или наркотиках через кино и ТВ. Многие из представлений могут быть ошибочными, и у вас есть возможность разрушить некоторые мифы и скорректировать неправильные суждения ваших детей.



# Искусство родителей общаться с подростками.

- Умение давать советы и подталкивать к выбору верного решения , а также отвечать на поставленные вопросы, не блокируя доверительного общения- вид родительского искусства.  
Выслушать- более эффективная тактика, чем запретить высказываться.



# Приемы, помогающие родителям лучше понимать своих детей.

- 1. «Отраженное выслушивание».
  - Демонстрируйте ребенку, что вы слышите то, что он говорит.
  - Позволяйте ребенку выражать его собственные чувства.
  - Докажите ребенку, что правильно поняли его рассказ или сообщение.



- 2. Внимательно следите за лицом ребенка и его «языком тела». Постарайтесь не вызывать излишний интерес; не забывайте, что в подростковом возрасте преобладает «потребность в эксперименте».
- 3. Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами, но и улыбкой, похлопыванием по плечу, взглядом.



- 4.Выбирайте правильный тон для ваших ответов.
- 5.Используйте одобрителные фразы для поддержания разговора и показывайте вашу заинтересованность в нем.



# Как повысить самоуважение подростка и помочь ему сделать правильный выбор?

- Пять принципов формирования самоуважения подростка:
  - 1.Одобрять, хвалить ребенка за небольшие успехи и достижения, даже маленькие и делайте это чаще. Его упорство и попытки сделать что-либо важнее полученных результатов.
  - 2.Помогайте вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.



3. Исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребенка.
4. Дайте вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу.
5. Показывайте ребенку, как вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему.



# Приемы и методы антиалкогольного и антинаркотического воспитания в семье

- -Учите подростка иметь свою индивидуальность. Расскажите ему, что делает человека особенно уникальным.
- -Изучите с ним значение слова «дружба».
- -Объясните ему, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом.



- -Изучайте особенности употребления алкоголя и наркотиков в молодежной среде.
- -Используйте пример сверстников.
- -Всячески стимулируйте участие подростка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать.
- -Находите больше времени для совместного отдыха, работы, творческой деятельности со своим детьми.



- Любите своих детей, но в своей любви не будьте слепы, а старайтесь быть терпеливыми, последовательными и рассудительными.

• **Счастья вам в семье!.**

